

Scuola Attiva
PIÙ SPORT, PIÙ SCUOLA

 **Dipartimento
per lo Sport**
Presidenza del Consiglio dei Ministri

 **MIM**
Ministero dell'Istruzione
e del Merito

 **SPORT
E SALUTE**

**PAUSE
ATTIVE**



7

2

9



S T A C



TRADURRE
IN MOVIMENTO

SALTARE/
SALTELLARE

IL PROGETTO

Scuola Attiva
PIÙ SPORT, PIÙ SCUOLA

PAUSE
ATTIVE

DIFFONDERE LA CULTURA DEL BENESSERE E DEL MOVIMENTO
AUMENTANDO IL TEMPO ATTIVO DEI PIÙ PICCOLI!

«Pause Attive» è il nuovo progetto, promosso da Sport e salute in collaborazione con il Dipartimento per lo Sport e il Ministero dell'Istruzione e del Merito che si rivolge a tutte le scuole primarie, offrendo un format innovativo agli insegnanti, volto a realizzare veri e propri momenti di attivazione e divertimento con i propri alunni, da promuovere nel corso della giornata scolastica, in classe o in altri spazi idonei, per favorire il movimento e l'aumento del tempo attivo, il recupero dell'attenzione e la cura della postura.

Una sana abitudine per interrompere la sedentarietà, a scuola ma anche nel tempo libero, produrre efficienza di apprendimento e favorire la relazione efficace tra bambini, bambini e docenti e bambini e genitori, l'empatia, l'inclusione, la creatività, il problem solving, il senso di appartenenza.

Il progetto prevede anche **proposte per le Pause Attive integrate con le materie**: un valido strumento per gli insegnanti della scuola primaria che offre la possibilità di realizzare i contenuti dei loro insegnamenti utilizzando anche l'esperienza motoria dei bambini.



COME PARTECIPARE

Scuola Attiva
PIÙ SPORT, PIÙ SCUOLA

PAUSE
ATTIVE

Partecipare al progetto è facile:

- 1. Scarica i materiali dal sito** www.sportosalute.eu/progettoscuolattiva/pauseattive
- 2. Partecipa alla formazione online**
- 3. Organizza le tue pause attive in classe**
- 4. Compila il monitoraggio e dimostraci di essere «Attivissimi».**
Inquadra il QR code ed accedi alla piattaforma



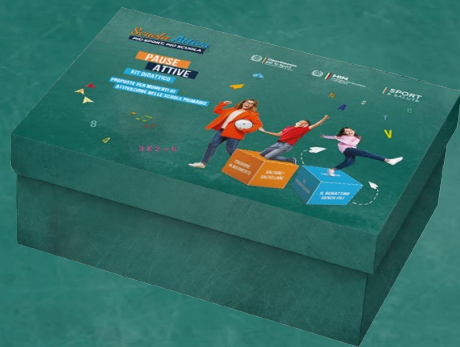
IL FORMAT È APERTO A TUTTE LE SCUOLE PRIMARIE INTERESSATE, ANCHE A QUELLE CHE NON ADERISCONO AL PROGETTO SCUOLA ATTIVA KIDS.

L'OFFERTA DIDATTICA PAUSE ATTIVE

Scuola Attiva
PIÙ SPORT, PIÙ SCUOLA

PAUSE
ATTIVE

L'OFFERTA DIDATTICA PREVEDE



KIT DIDATTICO
MANUALE E SCHEDE



KIT DIDATTICO
CONTENUTI VIDEO



FORMAZIONE
E CONSULENZA ONLINE



MONITORAGGIO

Per eventuale supporto nella gestione delle attività previste dal progetto, maggiori info o approfondimenti, a disposizione degli insegnanti un indirizzo mail dedicato pauseattive@sportosalute.eu per richiedere la **consulenza online** dei nostri esperti.

COSA SONO LE PAUSE ATTIVE

LE PAUSE ATTIVE DI CLASSE SONO BREVI SESSIONI
5- 15 MINUTI DI ATTIVITÀ FISICA, CONDOTTE DAGLI INSEGNANTI DURANTE
L'ORARIO SCOLASTICO, IN CUI GLI ALUNNI ESEGUONO SEMPLICI COMPITI MOTORI.

Le pause attive possono:

1. essere integrate nel corso della lezione
2. realizzate tra una lezione e l'altra
3. organizzate all'inizio o al termine della giornata scolastica.

Possono essere svolte indoor (in classe, corridoio, atrio, palestra) o outdoor (cortile, giardino) senza/con l'ausilio di attrezzature specifiche.

Ogni pausa attiva è caratterizzata da **un'intensità variabile da leggera a moderata** e da livelli coordinativi differenti mediante la variabilità del compito.

Durante le Pause Attive è possibile usare la LIM ed altre tecnologie.

Scuola Attiva
PIÙ SPORT, PIÙ SCUOLA

PAUSE
ATTIVE



$3 \times 2 = 6$



C



**UNO STRUMENTO IN PIÙ
PER IL BENESSERE DEI BAMBINI**

Scuola Attiva
PIÙ SPORT, PIÙ SCUOLA

**PAUSE
ATTIVE**

**UN METODO SEMPLICE PER CONTRASTARE LA
SEDENTARIETÀ, LA PERDITA DI ATTENZIONE,
CONCENTRAZIONE E INTERESSE,
ALLA BASE DELL'APPRENDIMENTO.**

Grazie all'introduzione delle pause attive tra una materia e l'altra, durante la ricreazione, all'inizio o alla fine della giornata di scuola, o in qualsiasi momento in cui l'insegnante lo ritiene utile, i bambini si muovono e si divertono costruendo life skill e ritrovando più facilmente il buon umore e il desiderio di apprendere.



IL KIT DIDATTICO: DA COSA È COMPOSTO

Scuola Attiva
PIÙ SPORT, PIÙ SCUOLA

PAUSE
ATTIVE

➤ **IL MANUALE**
INTRODUZIONE E GUIDA ALL'UTILIZZO PER LE SCUOLE PRIMARIE

➤ **SEZIONE 1**
LE SCHEDE
PROPOSTE DI PAUSE ATTIVE

6 schede attività con i dadi
Modello ritagliabile dei dadi

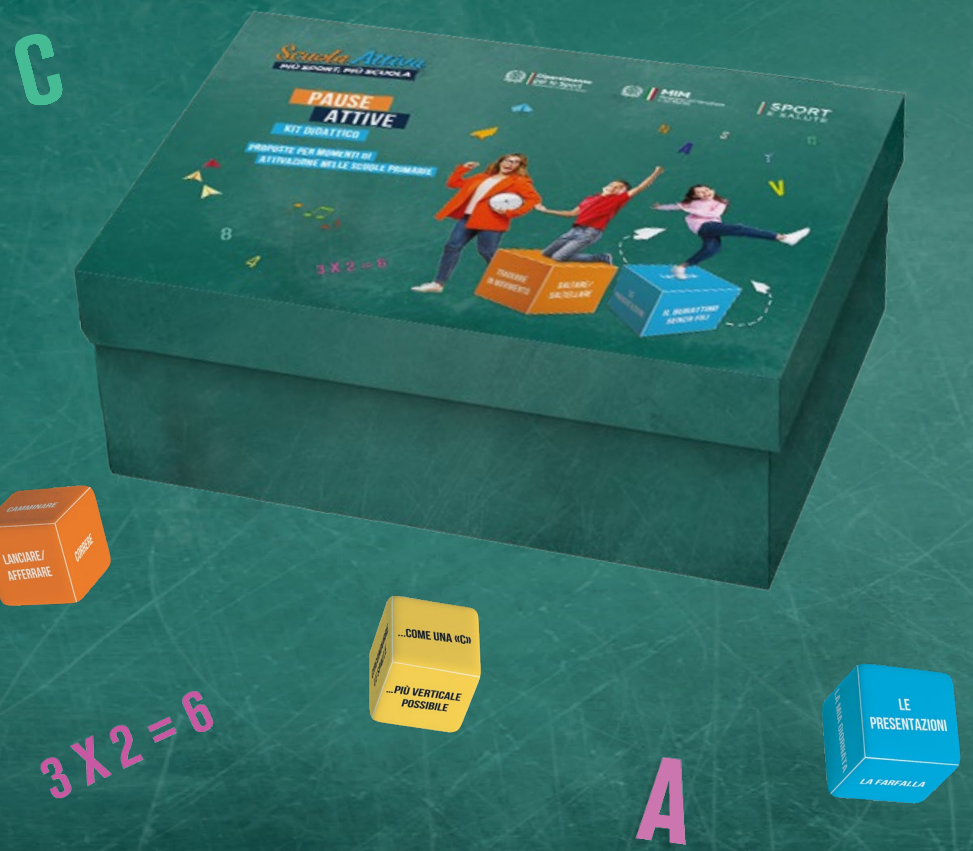
➤ **SEZIONE 2**
LE SCHEDE
PROPOSTE DI PAUSE ATTIVE INTEGRATE CON LE MATERIE

5 schede attività integrate con le materie: Italiano, Geografia, Scienze, Matematica/Geometria, Tecnologia, Arte e Immagine, Musica.

➤ *Inoltre, da stampare e appendere in classe, un **POSTER** del progetto.*

CONTENUTI MULTIMEDIALI A SUPPORTO:

- VIDEO TUTORIAL PAUSE ATTIVE
- VIDEO «ATTIVIAMOCI» CON ESEMPI DI PAUSE ATTIVE E DI PAUSE ATTIVE INTEGRATE CON LE MATERIE



PAUSE ATTIVE IL FORMAT DEI DADI

Scuola Attiva
PIÙ SPORT, PIÙ SCUOLA

PAUSE
ATTIVE

6 DADI

CORRISPONDENTI A 6 SCHEDE ATTIVITÀ

**IL FORMAT DELLE SCHEDE SEZIONE 1
CON LE PROPOSTE DELLE PAUSE ATTIVE PREVEDE UN KIT
DI DADI COLORATI DA UTILIZZARE PER MUOVERSI
DIVERTENDOSI
CON TUTTA LA CLASSE.**

Il modello dei dadi è pensato per essere scaricato, stampato (eventualmente ingrandito e su fogli di cartoncino) per ciascuna classe in modo da ottenere, ritagliando ed incollando le forme, i 6 dadi da poter utilizzare in classe.

Ad ogni dado corrisponde una scheda attività da poter realizzare in maniera divertente con i propri alunni.



LE PAUSE ATTIVE INTEGRATE CON LE MATERIE

LE SCHEDE DELLA SEZIONE 2 CON LE PROPOSTE PER LE PAUSE ATTIVE INTEGRATE CON LE MATERIE, RAPPRESENTANO UN INNOVATIVO STRUMENTO PER GLI INSEGNANTI DELLA SCUOLA PRIMARIA, CHE POSSONO COSÌ REALIZZARE I CONTENUTI DEI LORO INSEGNAMENTI UTILIZZANDO ANCHE L'ESPERIENZA MOTORIA DEI BAMBINI, LA LORO MODALITÀ COMUNICATIVA E RELAZIONALE PIÙ SPERIMENTATA.

I suggerimenti presentati richiamano alcuni obiettivi di apprendimento delle materie curricolari.

Sono brevi attività percettivo-motorie che offrono ai bambini l'opportunità di elaborare attraverso il movimento una conoscenza specifica della materia.

Le attività sono prevalentemente presentate con uno stile d'insegnamento produttivo (stile di scoperta divergente) che prevede un compito semi-definito in cui i bambini trovano le loro soluzioni incrementando la creatività motoria.

T

ITALIANO

ESPANSIONE DEL LESSICO RICETTIVO E PRODUTTIVO UTILIZZANDO IL MOVIMENTO

MATEMATICA E GEOMETRIA

OPERAZIONI SPAZIO E CORPO

GEOGRAFIA

ORIENTAMENTO: MUOVERSI NELLO SPAZIO CIRCOSTANTE, UTILIZZANDO GLI INDICATORI TOPOLOGICI E LE MAPPE DI SPAZI NOTI

SCIENZE

RICONOSCERE E DESCRIVERE LE CARATTERISTICHE DEL PROPRIO AMBIENTE

TECNOLOGIA

SVILUPPARE UNA CRESCENTE PADRONANZA DEI CONCETTI FONDAMENTALI DELLA TECNOLOGIA E DELLE LORO RECIPROCHE RELAZIONI: BISOGNO, PROBLEMA, RISORSA, PROCESSO, PRODOTTO, IMPATTO, CONTROLLO

ARTE E IMMAGINE

ESPRIMERSI E COMUNICARE/OSSERVARE E LEGGERE LE IMMAGINI

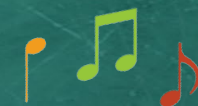
MUSICA

UTILIZZARE VOCE E CORPO IN MODO CREATIVO E CONSAPEVOLE, AMPLIANDO CON GRADUALITÀ LE PROPRIE CAPACITÀ DI INVENZIONE E IMPROVVISAZIONE

Scuola Attiva
PIÙ SPORT, PIÙ SCUOLA

PAUSE
ATTIVE

$$3 \times 2 = 6$$



LA FORMAZIONE E LA CONSULENZA ONLINE

Scuola Attiva
PIÙ SPORT, PIÙ SCUOLA

PAUSE
ATTIVE

IL PROGETTO «PAUSE ATTIVE» PREVEDE UN PERCORSO DI FORMAZIONE E AGGIORNAMENTO APERTO A TUTTI GLI INSEGNANTI E TUTOR DELLA SCUOLA PRIMARIA:

- **WEBINAR E INCONTRI DI FORMAZIONE**
sul tema delle pause attive
- **SIMULAZIONI DI ESERCITAZIONI**
con i dadi e con le pause attive integrate con le materie

Per eventuale supporto nella gestione delle attività previste dal progetto, maggiori info o approfondimenti, inoltre, è a disposizione degli insegnanti un indirizzo mail dedicato pauseattive@sportosalute.eu per richiedere la **consulenza online** dei nostri esperti.

Nelle scuole iscritte a Scuola Attiva kids, inoltre, un supporto dedicato è garantito dal Tutor Sportivo scolastico.



IL MONITORAGGIO:

DIMOSTRATECI DI ESSERE «ATTIVISSIMI»!

Per documentare e monitorare i progressi degli alunni e quantificarne l'impegno mensile/annuale della classe è possibile compilare un **piccolo registro delle pause attive** (presente nel kit scaricabile online) con i nomi dei bambini e il report delle attività svolte giornalmente.

La sintesi dei minuti/ore e le attività svolte in ciascuna classe andrà **riportata in una semplice piattaforma di monitoraggio a cura dell'insegnante, scaricabile anche facilmente da smartphone, attraverso questo QRcode** riportato anche sul poster di classe e nelle pagine del sito.



Scuola Attiva
PIÙ SPORT, PIÙ SCUOLA

PAUSE
ATTIVE



RUOLO DEL TUTOR NELLA REALIZZAZIONE DELLE PAUSE ATTIVE

Il Progetto prevede **15 ore trasversali annue per ciascun Plesso** che sono impiegate dal Tutor anche per **supportare gli insegnanti** nella **realizzazione delle Pause Attive**

LE PAUSE ATTIVE SONO **A CURA DELL'INSEGNANTE TITOLARE**

IL TUTOR

- SI RELAZIONA CON IL REFERENTE DI PROGETTO PER INFORMARE E COINVOLGERE IL CONSIGLIO DI ISTITUTO PER DIFFONDERE L'INIZIATIVA NELLA SCUOLA
- SI RELAZIONA CON GLI INSEGNANTI DELLE CLASSI 2^a E 3^a, A LUI ABBINATE O DELLE ALTRE CLASSI INTERESSATE, PER REALIZZARE UNA DIMOSTRAZIONE PRATICA INIZIALE NELLE CLASSI, INSIEME AD INSEGNANTI ED ALUNNI, PER FAVORIRE L'ADOZIONE DELLE PAUSE ATTIVE
- GARANTISCE CONSULENZA AGLI INSEGNANTI PER EVENTUALI CHIARIMENTI SULLE PAUSE ATTIVE E PER SCRIVERE IL MATERIALE
- NELLE ATTIVITA' DI MONITORAGGIO SUPPORTA L'INSEGNANTE NELLA RACCOLTA DATI EFFETTUATA CON GLI STRUMENTI MESSI A DISPOSIZIONE DAL PROGETTO

Scuola Attiva
PIÙ SPORT, PIÙ SCUOLA
kids



**PAUSE
ATTIVE**



Scuola Attiva
PIÙ SPORT, PIÙ SCUOLA



**Dipartimento
per lo Sport**
Presidenza del Consiglio dei Ministri



MIM
Ministero dell'Istruzione
e del Merito

**SPORT
E SALUTE**

PAUSE

ATTIVE

MATERIALI DEL KIT DIDATTICO SCARICABILI DAL SITO

www.sportesalute.eu/progettoscuolattiva/pauseattive.html